

Månedspan DHK Håndball mai/juni -10

Mandag	Tirsdag 25/5	Onsdag 26/5	Torsdag 27/5	Fredag 28/5	Lørdag 29/5	Søndag 30/5
	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 16.00-18.00 Fysisk	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 15.00/19.00 Fysisk	Tr. 10.00-12.00 *	
Mandag 31/5	Tirsdag 1/6	Onsdag 2/6	Torsdag 3/6	Fredag 4/6	Lørdag 5/6	Søndag 6/6
Tr. 16.00-18.00 Fysisk	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 16.00-18.00 Fysisk	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 15.00/19.00 Fysisk	Tr. 10.00-12.00 *	
Mandag 7/6	Tirsdag 8/6	Onsdag 9/6	Torsdag 10/6	Fredag 11/6	Lørdag 12/6	Søndag 13/6
Tr. 16.00-18.00 Fysisk	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 16.00-18.00 Fysisk	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 15.00/19.00 Fysisk	Tr. 10.00-12.00 *	
Mandag 14/6	Tirsdag 15/6	Onsdag 16/6	Torsdag 17/6	Fredag 18/6	Lørdag 19/6	Søndag 20/6
Tr. Fysisk 16.00-17.00 Håndball 17.15-18.45	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr.kamp Start 18.30 Follo i Sandehallen	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 15.00/19.00 Fysisk	Tr. 10.00-12.00 *	
Mandag 21/6	Tirsdag 22/6	Onsdag 23/6	Torsdag 24/6	Fredag 25/6	Lørdag 26/6	Søndag 27/6
Tr. 16.00-18.00 Fysisk	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 16.00-18.00 Fysisk	Tr. D-hall 16.00-18.00	Tr. 15.00/19.00 Fysisk	Tr. 10.00-12.00 *	

*Hver lørdag gruppevis 4 og 4 obligatorisk trening 10.00-12.00

Det kan forekomme forandringer

Marinko: 96229622